

АННОТАЦИЯ
рабочей программы учебной дисциплины
«Оздоровительная дыхательная гимнастика»
по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в
состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки «Физическая реабилитация»

1. Цели и задачи дисциплины

Целями освоения дисциплины «Оздоровительная дыхательная гимнастика» — является освоение технологии профессиональной деятельности специалистов в области теории и методики преподавания дыхательной гимнастики, для педагогической, организационно-управленческой, тренерской, научно-исследовательской и культурно-просветительской работы во всех типах образовательных учреждений.

2. Место дисциплины «Суставная гимнастика» в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Оздоровительная дыхательная гимнастика» относится к обязательной части Блок по выбору. Для освоения дисциплины обучающиеся используют знания:

«Философия», «Педагогика», «Психология», «Анатомия», «физиология», «Теория и методика обучения физической культуре», «Педагогика физической культуры», «Психология физической культуры», «Анатомия человека», «Физиология человека», «Теория и методика физической культуры» и т.д.

Подготовка бакалавров по дисциплине «Оздоровительная дыхательная гимнастика» в сочетании с гуманитарным, социально-экономическим, естественнонаучным и профессиональным циклами подготовки, а также учебной и производственной практик направлены на формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности бакалавра в области адаптивной физической культуры и спорта.

3. Краткое содержание дисциплины

1.Обучение дыхательной гимнастике по методу Стрельниковой А. Н

Содержание лечебно-профилактического комплекса.

Классификация упражнений.

Лечебно-профилактическое значение каждого упражнения.

2.Обучение дыхательной гимнастике по методу Бутейко К. П.

Содержание лечебно-профилактического комплекса.

Классификация упражнений.

Лечебно-профилактическое значение каждого упражнения.

3.Обучение дыхательной гимнастике по системе йогов.

Классификация упражнений

Содержание лечебно-профилактических комплексов.

Лечебно-профилактическое значение каждого упражнения

4.Обучение дыхательной гимнастики в единоборствах.

Классификация упражнений.

Содержание методики.

Лечебно-профилактическое значение каждого упражнения.